



BATIDO DE PLÁTANO Y KIWI

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 400 g de plátano
- 300 g de kiwi
- 200 ml de zumo de naranja

LA PREPARACIÓN

- Mezclar la fruta en un bol y batir bien.
- Añadir el zumo poco a poco, hasta conseguir la textura deseada
- Servir bien frío.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 24.3 g	Grasas 0.79 g
Kcal 118	Proteínas 1.7 g